

Abo Médaillée en élites à 14 ans

Havana, la nageuse qui perd et qui gagne avec le sourire

La Leysenoude Havana Cueto Cabrera raconte son bonheur de s'entraîner tous les jours, motivée par ses podiums aux Championnats de Suisse élites et le soutien de sa famille.



Pierre-Alain Schlosser

Publié: 03.01.2022, 11h31

0 commentaires



Le soleil ne s'est pas encore levé que Havana Cueto Cabrera et son père Roldy sont déjà présents à l'entraînement.

CHANTAL DERVEY

«Je tiens à ce que Havana sorte toujours de l'eau avec le sourire, qu'elle gagne ou pas.» On dit que sans le soutien d'un entourage solide, un champion ne peut tout à fait éclore.

Dans le cas de [Havana Cueto Cabrera](#)[↗], nageuse de bientôt 15 ans, cet adage lui sied à merveille. La jeune écolière de 11^e année vit son projet sportif avec une joie de vivre et un bonheur manifestes.

«Avec sa maman, on tient à ce qu'elle n'ait aucune pression négative, affirme l'ancien pistard. Et si demain Havana a envie d'arrêter, eh bien, ce sera son choix. Toute l'expérience qu'elle aura accumulée sera du bonus pour sa vie. Moi-même, j'ai arrêté à 28 ans dans la forme de ma vie. Cela ne m'a pas miné car tout ce que j'ai fait, je l'ai fait avec plaisir.»

«Sans ces parents-là, je n'aurais pas mon niveau actuel et je ne serais pas si heureuse dans ce que je fais.»

Havana Cueto Cabrera, à propos du soutien de sa famille

Alors, dans la droite lignée de son mentor paternel, la brasseuse du [Vevey](#) [↗] [↗] [Natation](#) [↗] vit sa carrière avec passion. Entre ses voyages multiples, ses 6 ou 7 entraînements hebdomadaires et sa scolarité, elle baigne dans un univers qu'elle adore.

«Tout me plaît dans la natation, dit-elle. Je me sens bien dans l'eau. J'aime la glisse. C'est un sport individuel et en même temps, on s'entraîne en équipe. J'ai trouvé l'activité qui me correspond. Il n'y a rien qui me déplaît dans la natation. J'adore tout. Même les entraînements physiques ne me dérangent pas, car je sais que cela va m'aider en compétition.»

Car Havana est une compétitrice née. Elle a commencé l'année 2021 par une médaille de bronze inespérée lors des Championnats de Suisse élites.

«Cela a été une véritable surprise. Quand j'ai touché le bord du bassin et que j'ai vu que j'étais 3^e, je me suis mise à pleurer, tellement l'émotion était grande. C'est le moment où j'ai été la plus heureuse. Grâce à cela j'ai pu participer aux Européens juniors à Rome. Ça a tout changé, le regard des autres et mon propre regard sur ma carrière.»



Havana Cueto Cabrera possède une impressionnante musculature pour une fille de 14 ans.

ROLDY CUETO CABRERA

Ses trois nouvelles médailles nationales en petit bassin obtenues à Sursee, en novembre, ont confirmé cette performance remarquable, pour une fille de 14 ans. En l'observant, on remarque tout de suite le gabarit atypique de Havana.

La nageuse de 1,67 m possède une musculature d'adulte. Bras, épaules, jambes sont chez elles particulièrement développés pour son âge.

«Je dois cela en grande partie à la génétique, explique la championne. Je ne fais pas encore beaucoup de musculation. Je me rends deux fois par semaine dans un centre où on fait de l'équilibre, de la réactivité, de l'endurance et une multitude d'exercices spécifiques pour la natation. On fait aussi des tirages avec des élastiques. Parfois, on utilise une machine qui simule des exercices de natation. Mais rien de plus.»

«Extrêmement chanceuse»

Son physique n'est rien comparé à son rayonnement, lorsqu'elle parle de sa vie. Havana est très reconnaissante de ce que sa famille met en place autour d'elle.

«Je m'estime extrêmement chanceuse. Mes parents me soutiennent beaucoup. Ils me véhiculent tous les jours, me suivent durant les compétitions, de même que ma petite sœur qui pourrait aussi devenir une excellente nageuse. Mes parents financent les cotisations et les frais liés aux camps ou aux déplacements. Ils sont là, sans être trop présents. À la maison, on ne parle d'ailleurs pas trop de natation.»



Spécialiste de la brasse, Havana Cueto Cabrera a remporté trois médailles aux Championnats de Suisse élités.
ROLDY CUETO CABRERA

Ainsi, ses parents ne sont jamais loin, en cas de coup au moral. «Mon papa prend toujours des photos au bord du bassin, raconte Havana. Je sais que je peux parler avec lui en tout temps si j'en éprouve le besoin. C'est un peu comme mon psychologue; c'est lui qui me connaît le mieux. Sans ces parents-là, je n'aurais pas mon niveau actuel et je ne serais pas si heureuse dans ce que je fais.»

Sur la trace de Desplanches et Ponti

L'expérience de sportif pro de Roldy, le papa, n'a pas de prix. «J'essaie de lui transmettre mes connaissances, souligne-t-il. Notamment dans la gestion du stress, des succès et des défaites. Il faut savoir garder les pieds sur terre. Je lui dis toujours que c'est facile de gagner, mais que c'est dans les défaites que l'on progresse.»

Carte d'identité

^ Afficher moins



CHANTAL DERVEY

Prénom, nom Havana Cueto Cabrera.

Née le 20 janvier 2007 à Aigle.

Domicile Leysin.

Occupation Écolière en 11^e année.

Taille 1,67 m.

Club Vevey Natation.

Hobbies Lire, puzzles, jeux.

Principaux résultats Grand bassin: Médaille de bronze 50 m élités. Petit bassin: Argent sur 50 m brasse, bronze sur 100 m brasse et 200 m brasse. Participations aux Championnats d'Europe juniors à Rome. Trois médailles d'argent aux Européens d'Europe centrale 14-15 ans. Championne de Suisse Espoirs 100 m brasse. Qualifiée pour les Européens M17 2022 à Bucarest sur 50 m brasse. Meilleur chrono sur 50 m brasse: 32"64.

D'une carrière à la Jérémy Desplanches ou Noè Ponti, Havana en rêve forcément. «Quand je les ai vus remporter une médaille aux JO, je me dis que tout est possible, s'enthousiasme-t-elle. Participer à un rendez-vous olympique serait magique.»

Dès l'été prochain, Havana Cueto Cabrera s'entraînera au centre sportif de Tenero. Là où précisément Noè Ponti s'entraîne. Elle a décidé de suivre la SPSE (École professionnelle pour sportifs d'élites). Comme elle a pris l'option italien à l'école, elle pourra ainsi se perfectionner, en même temps qu'elle perfectionnera sa brasse déjà sacrément efficace.



Photo du pistard Roldy Cueto Cabrera.

DR

Pierre-Alain Schlosser est journaliste depuis 1998. Après avoir travaillé en freelance pendant 4 ans, il rejoint la rubrique sportive de 24 heures qu'il dirige pendant 10 ans. Depuis 2017, il écrit pour l'agence Sport-Center, où il s'occupe en priorité de sport régional. [Plus d'infos](#)

🐦 @PASchlosser1